



PROGRAM MINUTOWY

Mistrzostwa Polski Masters w Trójboju Siłowym Klasycznym

Sierpc, 20 czerwca 2026

Sobota

11:45 Otwarcie zawodów.

10:00 – 11:30 Ważenie wszystkich zawodniczek i zawodników (41 os.).

12:00 Start – gr. 1 – wszystkie zawodniczki (13 os.);
gr. 2 – zawodnicy kategorii 74, 83, 93 (15 os.);
gr. 3 – zawodnicy kategorii 105, 120, +120, (13 os.);

Po przysiadach grupy 1 nastąpią bez przerwy przysiady grupy 2,
a po zakończeniu przysiadów gr. 2 rozpocznie przysiady (bez przerwy) grupa 3.

18:30 Planowane zakończenie startów.

19:30 Planowane zakończenie pierwszego dnia zawodów.

W przypadku opóźnień podczas trwania zawodów, start grupy następnej może zostać przesunięty na później.

Proszę sprawdzić przynależność do grupy startowej p r z e d przyjazdem na zawody.

Rozplanowanie grup może się zmienić po zważeniu startujących.

*Startujący proszeni są o sprawdzenie wysokości stojaków **przed ważeniem.***

Dekoracja nastąpi po zakończeniu danej sesji startów.

W przypadku niestawienia się do ceremonii wręczenia medali nastąpi natychmiastowa dyskwalifikacja.